

Patientenbrief – Frühkindliche Karies im Milchgebiss

Frühkindliche Karies verhindern: Erfolgreicher Start in ein zahngesundes Leben!

Häufigste chronische Kindererkrankung

Große Sorge bereitet uns Zahnärzte die weiterhin relativ starke Verbreitung der „frühkindlichen Karies“ an den Milchzähnen. Das Problem ist so groß, dass man hierfür einen eigenen Krankheitsbegriff geprägt hat: „Early Childhood Caries“ (ECC). ECC gilt als häufigste chronische Erkrankung (fünfmal häufiger als Asthma, siebenmal häufiger als Heuschnupfen) im Vorschulalter und dominiert mit zum Teil massiver Gebisszerstörung bei Kleinkindern. Sie beginnt an den oberen Schneide- und Eckzähnen im Milchgebiss und greift von dort auf alle anderen Zähne über. Erste Anzeichen sind Zahnbelag (Plaque, Biofilm), Zahnfleischentzündungen und kreidig-weiße Veränderungen am Zahnschmelz dieser Milchzähne („White Spot“) – mit geübtem Blick leicht zu erkennen, wenn man die Oberlippe des Kindes mit dem Finger anhebt.

Risiko Nuckelflasche

Die Ursachen der frühkindlichen Karies sind bekannt: Übermäßiger Gebrauch der Nuckelflasche (insbesondere nachts) mit zucker- und säurehaltigen Getränken bei unzureichender Zahnreinigung. Suchen die Eltern mit ihrem Kind zu spät einen Zahnarzt auf, sind verheerende und nicht mehr reparable Zahnschäden im gesamten Gebiss vorprogrammiert mit heftigen Schmerzen, eitrigen Entzündungen und negativen Folgen auch für die bleibenden Zähne.

Spezielle Ratschläge zur Zahnpflege bei Kleinkindern

- Sobald Ihr Kind ein Jahr ist, lassen Sie es aus einer Tasse oder einem Becher normales Wasser trinken.
- Verzichten Sie auf die Gabe von zuckerhaltigen Getränken (insbesondere gesüßte Tees, Instanttees, Obstsaft oder verdünnte Fruchtsäfte) aus der Nuckelflasche. Nehmen Sie stattdessen ungesüßten Tee oder Mineralwasser.
- Überlassen Sie Ihrem Kind die Nuckelflasche nicht zur „Selbstbedienung“. Das Trinken sollte zum Durstlöschen erfolgen und nicht als Nuckelersatz.
- Schon der erste Milchzahn sollte gepflegt werden: Beginnen Sie mit einer kleinen, weichen Zahnbürste. Wichtig ist das elterliche Putzen. Abends eine erbsengroße Menge Kinderzahnpaste mit Fluoriden auf die Bürste geben.
- Schauen Sie beim Zähneputzen immer wieder die Zähne Ihres Kindes genauer an. Achten Sie darauf, dass Sie beim Zähneputzen alle Zähne und alle Zahnflächen reinigen.
- Putzen Sie die Zähne des Kindes im Schoß oder liegend auf dem Wickeltisch.
- Ab dem zweiten Geburtstag sollten die Zähne des Kindes morgens und abends mit fluoridhaltiger Kinderzahnpaste gereinigt werden.
- Verwenden Sie zum Kochen und Salzen Speisesalz mit der Aufschrift „Fluorid“.
- Vermeiden Sie viele Zwischenmahlzeiten. Insgesamt reichen vier bis fünf Mahlzeiten am Tag.
- Zahnärztliche Vorsorge fängt schon bei den ganz Kleinen an. Vereinbaren Sie den ersten Zahnarzttermin, wenn Ihr Kind sechs Monate alt ist (mit Durchbrechen des ersten Zahns).